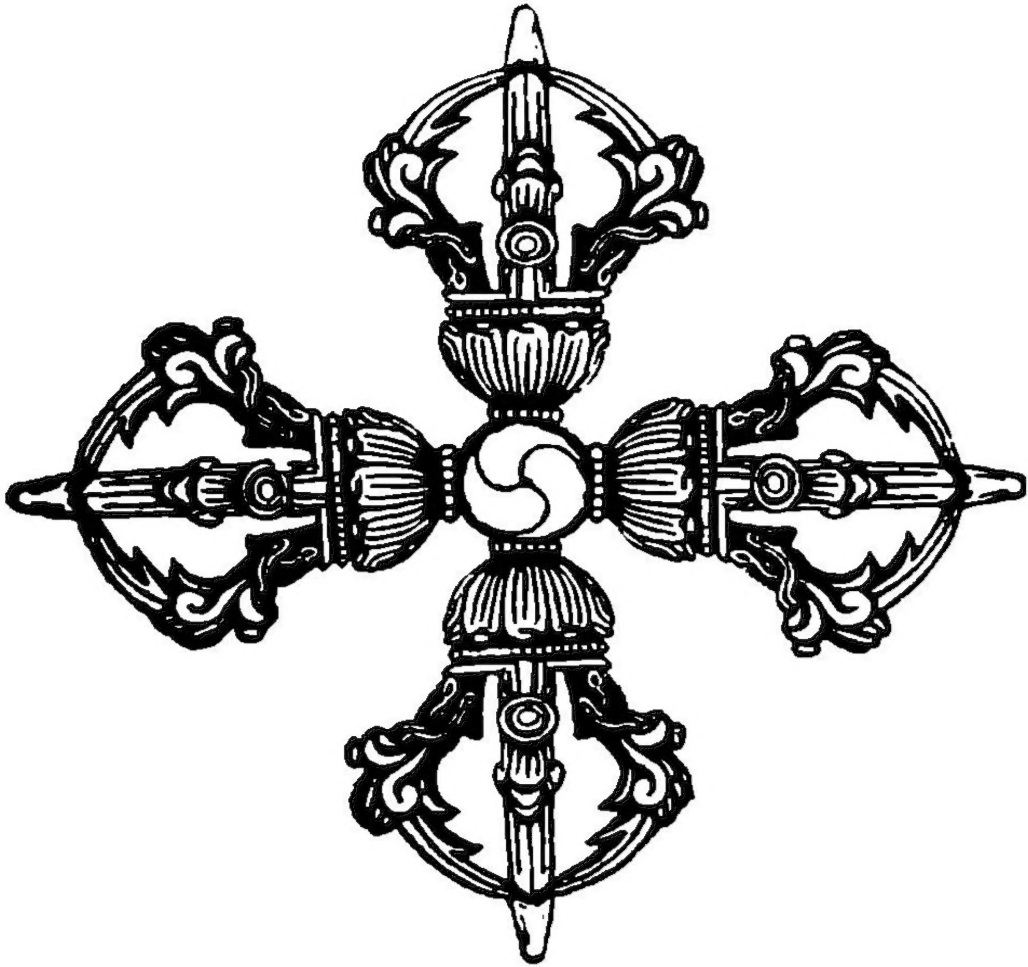


संक्षिप्त म्वर शाम्भ्र



बुद्ध सम्बत २५३०

ज्वम्ह

प. मोहनराज वज्ज्याचार्य

संक्षिप्त स्वर शास्त्र

बुद्ध सम्बत २५३०

चवम्ह

पं. मोहनराज वज्राचार्य

नमः व पिकः मह.

पं. मोहनराज बख्खाचार्य

मयूरवर्ण महाविहार भिन्नेवाहा यन ।

फोन नं ५-२२५६४

बु. सं. २५३०

ने. सं. ११०७

वि. सं. २०४३

प्रथम संस्करण १०००

(सर्वाधिकार लेखक याके मुरक्षित)

मु:- ५।-

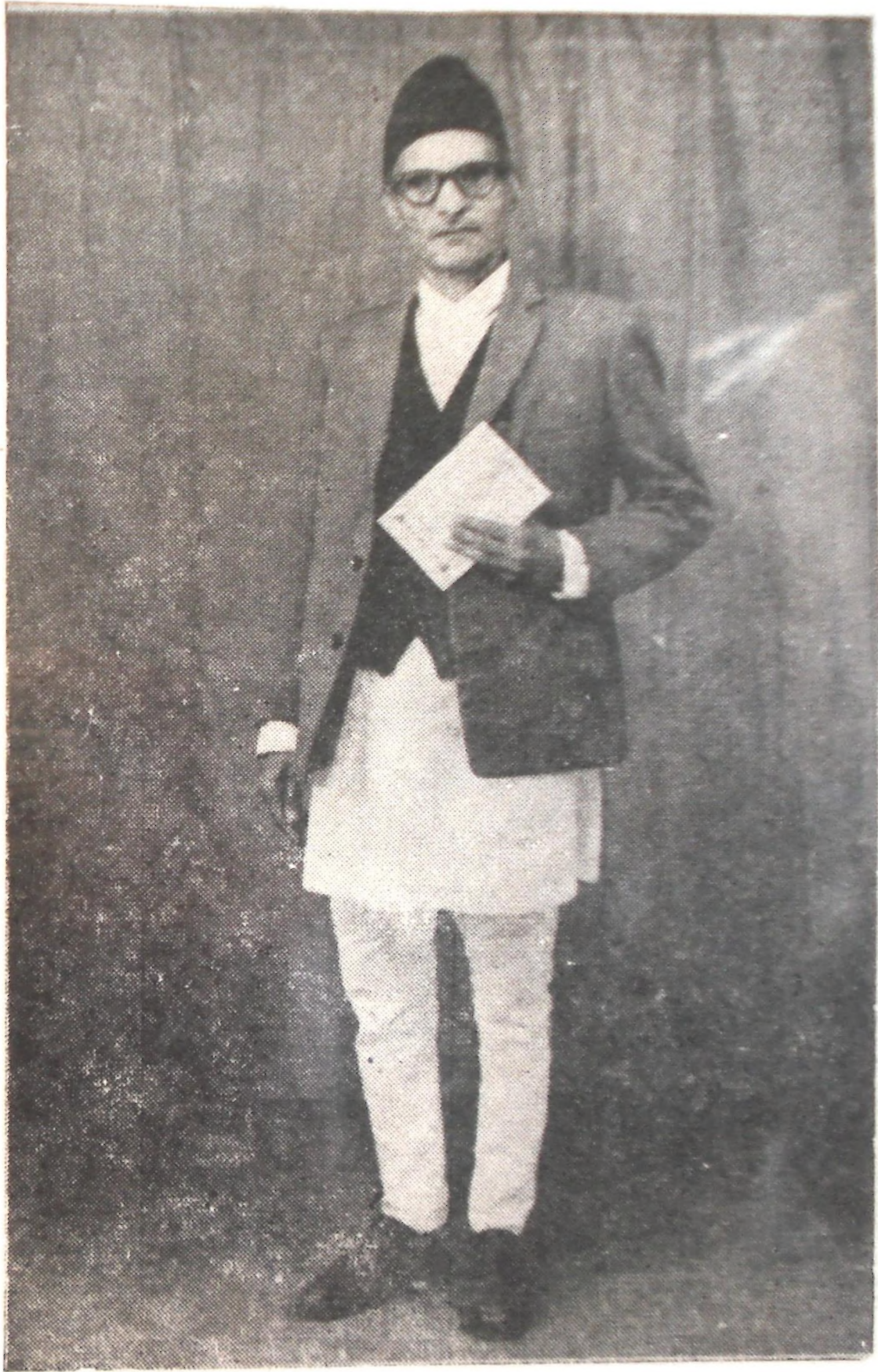
५१.

मुद्रक:-

बागमती छापाखाना

यल ।

फोन नं. ५-२१८४७



चोह्यः— पण्डित कबिराज ज्योतिष मोहनराज वज्राचार्य
फोन नं. ५२२५६४

भूमिका

नेपाल सम्बत् ८६६ फाल्गुण शुक्ल चतुर्दशी खुनु पूर्ण मैथिल निमित्त श्री नीलकण्ठ चोयातवगु हस्त लिखित स्वर शास्त्र, सम्बरोदय तन्त्र, चण्ड महारोषण तन्त्र, अन्य मेमेगु ग्रन्थनं स्वया थुगु संक्षिप्त स्वरोदय शास्त्र ग्रन्थ च्वया । थ्व सफुलि वायुयोग यायगु वायुयोग परचित्त ज्ञान भूत भविष्यत् वर्तमानयागु खँ सीक्यगु प्रश्न ज्ञान, विनाबैद्य डाक्टरं रोगलायक्यगु उपाय फुक्क बुक्केज्वी । जि प्रकाश यायधुनगु आस्फानकयोग प्राणायाम ग्रन्थेनं थ्व ग्रन्थं बांलाक खँ थ्वी । वायुयोग मस्यूह्य पुरुष अन्धाथ्यं ज्वी उकें वायुयोग विदित ज्वीकेत थ्व संक्षिप्त स्वर शास्त्र प्रकाशयाना जुल । भूल जूथाय् क्षमायाईगु आशादु थ्व सफू नेपालेजूगु फिन्यागूगु विश्व बौद्ध सम्मेलनया शुभ-उपलक्षस प्रकाशित यानागु जुल । अस्तु

—पण्डित कबिराज जोतिष मोहनराज बज्राचार्य
भिछेबाहा, ललितपुर ।

विषय सूची

नाम	पृष्ठ	नाम	पृष्ठ
श्वासनाम संज्ञा	१	रोग युक्त प्रश्न	१२
काल ज्ञान	५	अग्निदाह शान्त्योपाय	१२
आशीर्वाद विचार	६	चन्द्र सूर्य क्रमोपदेश	१३
गर्भ प्रश्न	७	ज्वर	१६
रोगी प्रश्न	८	अन्तरिया ज्वर	१६
यात्रा प्रश्न	८	शिर दर्द	१७
गर्भ प्रश्न	९	शिरपीडा	१८
विद्या प्रश्न	९	ज्वरामय	१८
कन्या विचार	१०	प्लीहा	१८
कृषि चिन्तना प्रश्न	१०	दन्तरोग	२०
गृहकर्म प्रश्न	१०	वात	२१
फल प्रश्न	१०	नेत्ररोग	२१
वृष्टि चिन्ता प्रश्न	१०	वर्षफल निर्णय	२२
प्रज्ञा चिन्तना प्रश्न	११	पूर्ण प्रवेशेन श्वास	२३
नष्ट जीव प्रश्न	११	यात्रा प्रहरण	२४
नष्ट द्रव्य प्रश्न	११	गर्भाधान	२६
चौर चिन्तन प्रश्न	१२	कार्यसिद्धि प्रकारण	२७
चौर स्वरूप प्रश्न	१२	छुं उपयोगी सूचना	३१
रिपु आगमन चिन्ता प्रश्न	१२	ह्वायप्वा वन्द नियम	३१
युद्ध चिन्ता प्रश्न	१२		

संक्षिप्त स्वर शास्त्र

॥ श्रीगुरवे नमः ॥

ह्लापां आःथन ह्लाया प्वालं ओगु श्वासयागु
नाम संज्ञा च्वेत्यनाः—

खवगु ह्लासं प्याहांओगु श्वास या नाम संज्ञाः—
इडा, चन्द्रनाडी, स्थितिदा, अमृतरूपा, सम, नारी,
चर, वायुमण्डल, ललना, प्रज्ञा, आली, संभोग काय,
वाह्य ।

जवगु ह्लाया प्वालं प्याहां ओगु श्वासया नाम
संज्ञाः—

सूर्य नाडी, पिगला, उत्पात, विषय, पुरुष,
(मिजं) विषम, स्थिर अग्नि मण्डल, रसना, करुणा,
काली, निर्वाण काय, द्वार, ।

निगु ह्याम प्वालं प्वाहां ओगु श्वास या ताम
संज्ञा:- सुषुम्ना, सर्वनाशकरी, द्विश्वभाव, पृथ्वी
मण्डल, आप मण्डल अवधूती, धर्मकाय, गर्भ, ।

वायुविधि:- वायु प्रवेश जूगुलि सृष्टिज्वी,
चले मयानागुलि स्थितिज्वी, पिछोयागुलि विनाशज्वी,
प्रवेशयानागु कुम्भकज्वी (कुम्भक योग) धारणा
यानागु पूरक योग, तोता छोयागु रेचक योग, निश्चल
यानागु स्तम्भक योग, ॥

चच्छि ह्निच्छिया ज्यागु ८ घाम, । ६ खुगु
श्वासया (४ मिनेट्या) प्राण, । श्व क्षणे २ ज्वीगु
सहजानन्द, ।

शुक्ल पक्षया प्रतिपदां निस्यं श्वन्हु तक यामया
बच्छि तक चन्द्र नाडी बह्य जुयी । अनंलि हानं
श्वन्हु तक सूर्य नाडी बहे जुयी, । थुगुरुलं किन्यान्हु
शुक्ल पक्षे नाडी बहे ज्वी । हानं कृष्ण पक्षया प्रति-
पदां निस्यं श्वन्हु तक यामया बच्छि ह्यापां सूर्यनाडी
चले जुयी अनंलि श्वन्हु तक चन्द्रनाडी चलेजुयी थुगु
रुलं किन्यान्हु तक कृष्ण पक्षे नाडी बह्य जुयी धका
सीकि ॥ ॥ यामया बच्छि २ क्रमथं बह्य ज्वीगु

वायु उलटा जुयव कलह आदि जुयी । उकि बुद्धिमान
पिसं वायु बिचा यायेमा ।

अहोरात्र (चच्छि ह्लिच्छि) या २९६०० नीच्छवो
व खुसः श्वास चले जुयी । कुम्भक योगयाम्ह सिया
काल तापाना वनी मृत्यु (सी) माली मखु । वायुयोग सी
कानं वायु योग मयाम्ह मनुष्यया जन्म जुयागु व्यर्थज्वी
धका सीकि ।

पूर्वोक्त च्वे च्वयागु श्वासया नां फुक बांलाक
मवेकं मध्वीकं मसीकं वायु योगः- आस्फानक योग
प्राणायाम, आनापानानुस्मृति यागु खँ ध्वी मखु उकि
श्वासया नां च्वे च्वया बांलाक लुमंकि श्वासयानां
मथुलकी थ्व श्वरशास्त्रे च्वंगु प्रश्न नं ध्वी मखु ।

चन्द्र, सूर्य, तिप्वा ह्वायप्वाले वास याना च्वन ।
इडा, पिंगला, सुषुम्ना, प्रकाशजुया चलेजुया भिगु
मभिगु प्रकाशयाना च्वन । वाम श्वास इडा दक्षिण
श्वास पिंगला धका सीकि निह्यं चलेजुगु श्वास सुषुम्ना
श्वपु नाडी धका सीकि । स्थितिदा, अमृत रूपा- वामनाडी
धया तल । उत्पात, विषम-दक्षिण श्वास धयातल ।
सम्पूर्ण नाशयायीगु दश्वी च्वंगु श्वास धयातल । उकि

सध्यनाडी बहस जुयी बले सत्प ध्यान याना सिद्धज्वी ।
चन्द्रनाडी सम, सूर्यनाडी विषमधया तल । वाम
श्वास मिसा, दक्षिण श्वास मिजं ।

सूर्यश्वासे प्रवेश ज्वीगु शुभ । चन्द्रश्वासे ध्याहां
वन्यगु शुभ । सूर्यश्वास चलेज्वीबले जवगु पालि ह्तापां
तया वन्यगु शुभ । चन्द्र श्वास चले ज्वीबले खवगु
पालि ह्तापां तया वन्यगु शुभ ।

चन्द्रश्वास चलेज्वी बले:- तिसां तीगु, वस्त्रं
पुन्यगु, दानयायगु, विवाहयायगु, मन्दिरे वन्यगु,
स्वामिदर्शन यायगु, पुरुषदर्शन यायगु देव दर्शन यायगु,
सेवा चाकर यायगु, छे दुहांवन्यगु, पुसापीगु, धन
मंक्यगु, देवस्थाने पूजा वाःवनेगु, उत्सव यायगु, दीक्षा
कायगु मन्त्र साधन यायगु, आखः सेकेगु, जलस्तम्भन
यायेगु, ज्यासेक्यगु, बाजी करण यायेगु, भिगुज्या
यायेगु, स्वांमा, सिमा, पीगु तु, हिटी, बंगा, दयेकेगु,
पुखु दयेकेगु, देवमन्दिर दयेकेगु, बाद्य, गीत, प्याखं-
हुयेगु, दुःखिपि स्वयेगु, खानि स्थापना यायगु, वास
नयगु थजागु भिगुज्या, चन्द्रश्वासे यायगु निविधनं
सिद्धज्वी चन्द्रश्वासे थजागुज्या याम्हसिया सकल कार्य
सिद्ध ज्वी । उत्पात मभिगु जुयी मखु ॥ १ ॥

सूर्यश्वास चले ज्वीबले:- शास्त्राभ्यास यायगु, जूल्वायगु, शिकार हितेगु, किसि गयगु, यन्त्र, मन्त्र, यागु ज्या यायेगु, बिष साधन यायेगु, खराचा, उँट, मे, बाहन दयकेगु, साः, च्यो, भ्वाति देकेगु, संभोग यायगु, नेगु, ल्वायगु, दान्यगु, देव, भूतादि, साधन यायगु, मोहनी यायगु, स्तम्भन (रोके) यायेगु, नदी, समुद्र, तरे यायेगु, कडागु ज्या थजागु सूर्यश्वासे यायेगु शुभ ज्वी ।

निष्ठयं श्वास चले ज्वी बले भिगु, जूसां मभिगु जूसां ज्यायानागु निष्फल ज्वी । केवल ब्रह्म ध्यान याना योगाभ्यास यायगु भिनी ॥ ॥ थध्य स्वंगुस्वास सीका बुद्धिमानि प्रश्नकाले (न्यनीबले) कं (धाः) श्वास चलेजूगु अभ्यास यानागुलि भिगु, मभिगु सूचना बी ।

॥ अधकाल ज्ञान ॥

निन्हृतक लगातार दक्षिण श्वास चलेजुया चवंसा निश्चयनं आयु क्षीण जुल धका सीकि । न्यान्हृतक लगातार सूर्यनाडी चलेजुया चवंसा श्वया स्वर शास्त्र स्यूपिसं स्वदं आयु दनि धका धा । लगातार निन्हृतक

सूर्यनाडी बह्य जुया च्वनसा थ्वया दछि आयुदनि
 धका धाः । यदी नोन्हुतक पिगला नाडी बह्य जुया
 च्वनसा निश्चयनं खुला आयु दनिधा । नोन्यान्हुतक
 विनया मणि चलेजुयाच्वंसा लछि तक म्वाई तिनिधाः ।
 नोन्यान्हुतक सूर्यनाडी बह्य जुया च्वनसा फिन्यान्हु तक
 आयु दनि धका थथ्य कनातल । नोगुन्हुतक सूर्यनाडी
 बह्य जुया च्वंसा फिनुतक आयु दनि । स्वीन्हुतक सूर्य
 नाडी बहे जुया च्वंसा न्यान्हुतक आयु दनि धकाधाः ।
 स्वीनिन्हुतक सूर्यनाडी बह्य जुया च्वंसा ह्निछिजक आयु
 दनि धका सीकि । स्वीस्वन्हुतक सूर्यनाडी बह्य जुया
 च्वंसा थुखुन्हुहे सीधका सीकि ॥ ॥ थुगुप्रकारं
 सूर्यस्वर याक्यं लोकापिगु आयुर्दा सीकि ॥ ॥ ह्निने
 लच्छितक सूर्यनाडी बह्यज्वी, चान्हे लच्छितक
 चन्द्रनाडी बह्यज्वी । लगातार थथ्य जुल धाःसानं थ्वयां
 खुलाजक आयुदनि धका धाः ॥ ॥ अरुन्धती
 मिखाफुसि, ह्नायचोका, म्येचोका मखन धाःसा
 आयु मन्त धका सीकि ॥ ॥ मिखासः पचिचां
 कोत्यले बसे ह्नांगुतेज मखन धाःसा फिन्हुंसी ॥

॥ अथाशीर्वाद् विचार ॥

शुक्ल पक्षया बृहस्पति वार खुन्हु निघोतक भिगु

असृत योग ध्यातल थुखुन्हु भिगुदिने सूर्य उदय ज्वी
बले खवगु ह्नायप्वा चालिबले स्तोत्र पाठ याना छं
ज्याखें शुभ कल्याण ज्वीमाधका हृदयं ध्यानयाना
कल्याण ज्वीमा धका संकल्प यानागु ज्या सिद्ध जुषा
कल्याण ज्वी ॥

॥ अथगर्भ प्रवृत्त ॥

जवगु श्वास चले ज्वीबले जबपाख्ये चोना न्यनसा
गर्भदुह्य सिया निविधनं हे पुत्र(काय्) ज्वी धका धाः ।
वामश्वास चले ज्वीबले खवपाख्ये चोना न्यनसा
म्ह्याय् (पुत्री) जन्म ज्वी धका धाः ॥ ॥ दक्षिण
श्वास चलेज्वी बले दूत खवपाख्य च्वना न्यनसा मां
(माता) स्याईह्य काय् ज्वी धका धाः । वामश्वास
चलेज्वी बले दूत न्यनीह्य सूर्यदिशा (जव) पाख्ये
| च्वना न्यन धाःसा मां (माता) स्याईह्य म्ह्याय्
(पुत्री) जन्मज्वी धका धाः ॥ ॥ चन्द्रदिशास
च्चना च्वे न्ह्योने च्वना । रवी दिशासः क्वे जबपाख्ये
लिउने च्वना न्यंसा पुत्रनं पुत्रीनं निम्ह जन्मज्वी धका
धाः ॥ ॥ यदि संक्रम काले जः खः चोना न्यनसा गर्भपात
ज्वीधका धाः ॥ ॥ पृथ्वी तत्वे पुत्रः वायुतत्वे

पुत्री, तेजतत्वे गर्भपातज्वी, आकाश तत्वे नपुंसक
जुयी ॥

॥ अथरोगीप्रश्न ॥

प्रश्न न्यनीम्ह स्यं चन्द्रनाडी बहेजुया च्वनी बले
सूर्य दिशास च्वना न्यनसा बैद्यं शच्छिगु प्रकारं उप-
चार याःसां निश्चयनं रोगी मृत्युज्वी ॥ ॥ सूर्यनाडी
बहे ज्वी बले न्यनीम्ह चन्द्र दिशासः च्वना न्यनसा
निश्चय नं रोगी सी (मृत्यु ज्वी) थन छुं उपचार
याय स्वाल । गुगुनाडी चलेजुल वहेदिशास च्वना न्यनसा
रोगी लाई जीववृत्ति जुई ॥

॥ अथ यात्रा प्रश्न ॥

चन्द्रनाडी बहे जुया च्वं बले जूसा तापाले वंम्ह
सिया सर्व सुख जू निर्विघ्नं दछिया भित्रे छे वयी ।
चन्द्रनाडी चले ज्वी बले शुभ धका कनातल । श्वास
प्रवेश ज्वी बले सूर्यनाडी बहे जुया च्वंसा मित्र दे
शत्रु जिते ज्वी ॥ ॥ यात्राकाले वामश्वास बहे
ज्वी बले खवगु तुतिपला प्यपला ह्हापा छोय । थय्यहे
सूर्य नाडी चले ज्वी बले जानिपिसं जवगु तुतिपालि
स्वपला ह्हापा छोय । थननं प्याहां वन्य बले चन्द्रनाडी

प्रशस्त । दृहां वय बले सूर्यनाडी प्रशस्त ॥ ॥
 चन्द्रश्वास बहे ज्वी बले पूर्व, उत्तर, वने मत्ये
 (वन्य मत्यो) वन धाःसा विपत्तिज्वी मृत्यु ज्वी ॥
 ॥ ज्योतिष शास्त्रे संमुख चन्द्रमा लाका वन्ये धया
 तल, स्वर शास्त्रे थ्व खं बजित यानातल अथ्यया निति
 चन्द्रनाडी दक्षिण पश्चिम वने, सूर्यश्वासे पूर्व उत्तर
 वने ॥

॥ अथगर्भ प्रश्न ॥

द्विश्वभाव गर्भ । स्थिर भाव द्वार । चर भाव
 बाह्य धका स्वर शास्त्र सिया च्वंपिसं सीकि ॥ ॥
 गर्भ चिन्तन बेलास गर्भे गर्भ दतधा । बाह्ये तांहे
 लिपातिनिदै । द्वारे गर्भ ज्वीमखुधाः ॥ बाह्ये जूसा काय्
 (पुत्र) ज्वी । द्वारे मिसा (कन्या) ज्वी । बाह्ये जूसा
 सन्तानया आयु बढे ज्वी । गर्भे जूसा रोगी ज्वी ।
 द्वारे जूसा आयु क्षय ज्वी ॥

॥ अथ विद्या प्रश्न ॥

द्वारे जूसा विद्या लाभज्वी । बाह्ये जूसा विद्या
 लोमनी । गर्भे जूसा विद्या नाश ज्वी ॥

॥ अथ कन्या विचार ॥

बाह्येजुसा कन्या चिन्तना यायगु सिद्ध ज्वीमखु ।
गर्भेजुसा कन्या चिन्तना यायगु ताहे लिपातिनि
सिद्ध ज्वी । द्वारेजुसा कन्या चिन्तना यायगु सिद्धज्वी ॥

॥ अथ कृषि चिन्तन प्रश्न ॥

बाह्येजुसा कृषि चिन्तना विफल ज्वी । द्वारेजुसा
कृषि चिन्तना मध्यमज्वी । गर्भेजुसा बीजहे नाशज्वी ॥

॥ अथ गृह कर्म प्रश्न ॥

द्यो यागु जूसां, मनुष्य यागु जूसां गृह कर्म (छें)
ज्याः गर्भे शुभ ज्वी । द्वारे अशुभ ज्वी । बाह्ये रोग
ज्वी । गृह चिन्तना लक्षण थय्य धका सीकि ॥

॥ अथ फल प्रश्न ॥

फल प्रश्नया बळत बाह्ये त्रिफल ज्वी । द्वारे
मध्यम । गर्भे सुफल ज्वी ॥

॥ अथ वृष्टि चिन्ता प्रश्न ॥

द्वारे जूसा वृष्टि ज्वी धकाशाः । बाह्ये जूसा

तांहे लिपाबर्षे ज्मी धाः । गर्भ जूसा वृष्टि ज्वी
मखु धाः

॥ अथ प्रह्णा चिन्तन प्रश्न ॥

मिसा चिन्तन प्रश्नः— गर्भे लाभ ज्वी मखु धाः ।
बाह्ये जूसा तांहेलिपा सिद्ध ज्वी धाः । द्वारे जूसा
उत्तम लाभ ज्वीधाः ।

॥ अथ नष्ट जीव प्रश्न ॥

द्वारेजूसा खनीधा । गर्भेजूसा रोगीधाः । बाह्ये
जूसा मन्तधाः ।

॥ अथ नष्ट द्रव्य प्रश्न ॥

धन मदुगु चिन्तनायागु, द्वारेजूसां गर्भेजूसां लाभ
ज्वी धाः । बाह्येजूसा दैमखुत धा । द्वारेजूसा मिसाया
लाहातीधा । गर्भे वा बाह्येजूसा मिजंपिंगु लाहातेधा ।
गर्भेजूसा सिमाना पिनेधा । बाह्येग्रामया पिनेधा ।
द्वारेजूसा बें वनेथाय्धा ।

॥ अथ चौर चिन्तन प्रश्न ॥

गर्भेजूसा थवगु जातखुंधा । बाह्येजूसा बाहादुर
ल्वाय बल्लाह्यधाः । द्वारे जूसा परदेशी धाः ।

॥ अथ चौर स्वरूप पूश्न ॥

चौर गजाहा धयागु चिन्तासः गर्भेजूसा धुसिहा
धाः । बाह्ये तःधीहा धा । द्वारे तधीनं मजू चीधिनं
मजू धा ॥

॥ अथ रिपुआगमन चिन्त पूश्न ॥

गर्भे चिन्तना यागु जूसा शत्रु लिपातिनि वैधा ।
द्वारेजूसा शत्रु याकनं वयीधा । बाह्यजूसा शत्रुलिहां
वनीधा ।

॥ अथ युद्ध चिन्ता पूश्न ॥

बाह्ये निगु थरियां सैन्य युद्ध ज्वीधा । द्वारेजूसा
भतीचा युद्ध ज्वी धा । गर्भेजूसा मिलाप ज्वी धा ।
युद्ध प्रश्नया बखत गर्भेजूसा शत्रु त्याई धा । बाह्ये
जूसा थःसेना त्याईधा । द्वारेजूसा निगुथरिया सेनानं
युद्ध जुया च्वनीधा ।

॥ अथ रोग युक्त पूश्न ॥

गर्भेजूसा रोग लाईधा । बाह्ये जूसा रोगथला
क्वला दैमखुधा । द्वारेजूसा रोगी सीधा ।

॥ अथ अग्निदाह शान्त्यो पाय ॥

ॐ हिमालये मारिचीर्नाम राक्षस तस्य मूत्र

पुरीषाभ्यां अग्निं स्तम्भयामि स्वाहा ॥ ॥ ॥ ॥
मन्त्रं ७ ह्ययथा लखं जपलपा लखं छ्वाके हिंसी ॥

॥ अथ चन्द्र सूर्य क्रमोपदेश संक्षिप्त चवया ॥

खवे जवे यथा क्रमथ्यं चन्द्र, सूर्य, चलेज्वी अर्थात्
खवे चन्द्र नाडी चलेज्वी जवे सूर्यनाडी चले ज्वी ।
कथुनिस्यं खवं कोहां वना त्यफु तक वना च्वंगु क्वसोगु
नाडी चन्द्र, आलि चन्द्रनाडी बहे जुया च्वन । त्यफु
निस्यं जवं थहां वया कण्ठतक वया च्वंगु थसोगु नाडी सूर्य
कालि सूर्य सदां बहे जुया च्वन । खवे च्वंगु नाडी प्रवेश
ज्वीगु मार्ग, जवे च्वंगु नाडी पिहां वैगु मार्ग । ह्लासप्वा
निप्वा निगुद्वार निगु नाडिया प्रमाण धका सीकि ।
श्री सूर्य उदय जुया वस्यं निस्यं दिन अष्ट मजू तल्यं ।
श्री सूर्य अष्ट जुया वस्यं निस्यं उदय मजू तल्यं रात्री ।
चछि ह्लिछिया अहोरात्र धाई । प्रहर यात याम धाई
प्यंगु यामया ह्लिछि, श्व थ्यंतुं प्यंगु यामया चच्छि धका
सीकि । थुकी वायु संक्रान्ति चच्छि ह्लिछिया किं खूगु
संक्रान्ति ह्लास प्वालस बछि २ यामसः वायु चले
ज्वीगु जूया निति १६ किंखुगु संक्रान्ति धका
सीकि ॥ ॥

शुक्ल पक्षया प्रतिपदां निस्यं स्वन्हुतक यामया
बछि तक चन्द्र नाडी बहय जुयी । अनंलि हानं स्वन्हु-
तक सूर्य नाडी बहय जुयी । थुगु रूलं ि न्यान्हु १५
शुक्ल पक्षे नाडी बहय जुयी । हानं कृष्ण पक्षया प्रति
पदां निस्यं स्वन्हुतक यामया बछि ह्नापां सूर्य नाडी
बहे जुयी । अनंलि स्वन्हुतक चन्द्रनाडी बहे जुयी ॥
थुगु रूलं िन्यान्हु १५ तक कृष्ण पक्षे नाडी बहय जुयी
धका सीकि ॥ ॥ यामया बछि २ क्रमथ्यं बहे
ज्वीगु वायु उलटा जुयब कलह आदि ज्वी । उकि बुद्धि
मान् पिसं वायु विचार यायमा ॥ ॥ श्व वायु
चलय ज्वीगु छन्हु नीन्हु स्वन्हु प्यन्हु न्यान्हु खुन्हु तक
उलटां बहय जुल धाःसा तचोगु कलह जुयी ॥ ॥
छगु पक्ष उलटा जुल धासा तचोगु रोग ज्वी ॥ ॥
निगु पक्ष तक उलटां वायु बहय जुलसा ईष्ट मित्र
दाजु किजा विपत्ति जुयी ॥ ॥ स्वंगु पक्ष तक
उलटां वायु बहय जुल धाःसा खुलाया भित्रे मृत्यु
जुयी । सामान्य काल श्वधका सीकि ॥ ॥ हानं
मेगु कने ॥ जन्म नक्षत्रया चन्द्रमा निस्यं सम-सप्तमे
श्रीसूर्य चवनसा पौष्ण धयागु कालश्व निश्चय मृत्यु
ज्वीगु कालश्व ॥ सम सप्तम धयागु गथ्य धाःसा
गुपुराशी मन्त्रुष्य जन्म जुल उगु राशि ह्नागु कोथा,

सम सप्तम धाई धका तल ॥ उकी च्वंह्य सूर्य सम
सप्तम सूर्य धका सीकि ॥ ॥ सकभनं सदाकालं
चलेजुया च्वंह्य श्री सूर्यया मार्गया अन्ते बुद्धिमान
पिसं सदां क्षण २ पति निरोपण याना स्वये ॥ ॥
गुगु बेलाया क्षणे वायुया गति मेगु कथं चले जुयी उगु
बेलाया क्षण पूर्ण ज्बो खले अवश्यनं मृत्यु जुयी । थुकी
संखाहे महु ॥ ॥ संपूर्ण प्रकारं मृत्यु ज्वीगु थथ्य
लक्षण सीका नित्यगु पद लायगु बांछ्या दुपिसं
विथिथ्यं मृत्युखले यायगु ज्यायाः ॥ ॥ प्राणा
ग्रामया ॥ ॥ ३६ मात्रां नित्यं स्वंगु दबल
कुम्भक क्रिया जुल १०८ मात्रा वंका खोले यायगु
ज्येष्ठ-उत्तम ३६ मात्रा वंका खोले यायेगु हीन ।
७२ मात्रा वंका खोले यायगु मध्यम ॥ नित्यगु पद
लायगु ईच्छा याकम्हं थुगु प्रकारं जतनं सीक्य माल ।
कुंभक जिते जूम्ह सिया काल तापाना वनी । थथ्य
धका सीका कुम्भक थिर यानाव वायु रोके याना
च्वन धालसा दलंदो कल्पतकं श्वया समीपे काल वै
मखु ॥ ॥ हृदय कमलस च्वंगु वायु तुयुगु
हूँकारथ्यं च्वंगु गुम्हस्यं मन समाधान याना ध्यान
धाई श्वैत विषय आदिनं ग्रष्ट याय फं मखु ॥ गुम्हस्यं
वायु योग मसी, सिकानं गुम्हस्यं वायु योग मयाई

भुम्ह संसारे थुजोम्ह मनुजुयी, गुजोम्ह ज्वी धाःसा नाना
प्रकारं दुखं ग्रष्ट जूम्ह जुयी ॥

॥ आः थन विना वासलं रोग निवारण
ज्वीगु उपाय शास्त्रे कनातवथ्यं च्वेत्यना ॥

ज्वरः-

ज्वरं आक्रमण जुस्यंलि अथवा आक्रमणया आशंका
जुस्यंलि गुगुह्लासं श्वास चले जुल ओनासिका बन्दयाना
बीमा । गन्थाय् तकं ज्वर उत्तरे मजुयी हानं शरीर
स्वस्थ मज्वी अन्थाय् तक थुगु नासिका बन्दहे याना
तयमा थथ्ययाना तयागुलि १० फिन्ह १५ फिन्यान्ह
उत्तरे ज्वीगु ज्वर ५ न्यान्हहे १० फिन्हहे अवश्यनं उत्तरे
ज्वी ज्वरवै बले मनं मनं सदां ओह समानं तुयुगु बर्णया
ध्यान यानागुलि मेगुनं शीघ्र लाभ जुयी ॥ ॥
सिन्दुबार या हा रोगीया लाहाते चिना बियागुलि फुक्व
प्रकारया ज्वर निश्रयनाश जुया बनी ।

॥ अन्तरिया ज्वर ॥

श्वेत अपराजिता अथवा पालाहाबीया छुंह
लाहातं वूस्याना कापते पोचिना छगु पो दयके अले गुखुनु

दिने ज्वर बई उखुन्हु सुथेहे व न तुने अन्तरिया ज्वर
बन्द जुया बनी ॥

शिरदद-

शिर दद जुल धाःसा निपा लाहाया चुल्याच्चे बोहया
थाय् अथवा खिपतं बल्लाक चिना बीमा थुके न्या
गु ५ न्हेगु ७ मिनेटसंहे शिर दद मदया बनी ।
चुल्यां क्वे गथ्य जोरं चीमाः धाःसा रोगिया लाहाते
अत्यन्त स्यागु चायक चीमा । शिर दद बांलास्यं लि
फेनाबीमा ॥ ॥ छगु निगु प्रकारया शिर दद ज्वी
गु साधारणं अधःकपाली (वागछर्चो) स्यागु धाइ
कपाया दथुं खःपाख्ये वा जःपाख्ये हानं वागछर्चो
छचने अत्यन्त स्यागुसी प्रायः श्व स्यागु सूर्योदयया
समय आरम्भज्वी । हानं न्हिने जुया ओओ लिस्य श्व
स्यागु बढे ज्वी, निगु प्रहर बितेजुस्यंलि संध्या तक
आपा स्याई मखु, श्वरोगया आक्रमण ज्वीबले गुख्ये
पाख्ये कपा स्याई च्वे च्वयाथ्यं उख्ये पाख्ये चुल्यां च्वे
जोरं खिपतं चिना बीमा । भतीचायाभिन्नेहे स्यागु
कम जुया बनी । निन्हु खुन्हु हान स्यातसा छप्वा न्हाय
प्वालं श्वास चले ज्वीगु समय सुरुज्वीगुजसा छर्चो
स्याइगु शिल धायव न्हाय प्वा बन्द याना बीमा हानं

लाहानं चिना तयेमा । अध कपाली शिर इदं थुगुज्या
आश्रयं जनक फल खना रोगी चकित ज्वी ॥

॥ शिरपीडा ॥

छर्चो स्यागुलि प्रष्ट रोगीया प्रातःकाल लासां दन्य
सायत न्हाय प्वालं ख्वाउंगु लंख त्वनेमा थुकें मस्तिष्क
शीतलज्वी, छर्चो ऊयातुई मखु हानं सदिनं लगे ज्वीमखु
श्वज्या घायगु थाकुनं मजू छगु बाताचास ख्वाउंगु
लंखतया उके न्हाय थुना बुलुहें बुलुहें कथुई लंखदुन्य
सालाकाय् क्रमशः अभ्यासं श्वज्या सहजजुयी । छर्चो
स्यात धाय्व चिकित्सकं रोगीया आरोग्य ज्वीगु आसा-
तोती, रोगि यानं भीषण कण्टज्वी परन्तु श्व उपायं
ज्याकाल धाःसा निश्चयनं आसातीत लाभजुयी ॥

॥ उद्धरामय ॥

अजीर्णादि—भोजन जलपान आदि जब छुंछुं नई
नेमालसा जवगु न्हासं श्वास चले ज्वीगु बख्खते, नेमा पिनि
थुगु नियमं नयागुलि आपालं बांलाक पचें ज्वी हानं
गुबल्यं अजीर्ण रोग जुयी मखु सुमनू श्व रोगं कण्ट जुया
ज्वनी वनं यदि थुगु नियम अनुसारं न्हिन्हि नलधालसा
नयागु चीज पचेजुयी । हानं बिस्तार बिस्तारं व रोग

लायावनी । नयधुंका भच्चा खवपाख्वे छन्यमा । गुगुस
मय जुई उकीया थजागु उपाय याय माकी गुगुनयधुंका
फिगु फिनिगु मिनेट् जवगु न्हासं श्वासह्वाय् । अर्थात्
पूर्वोक्त नियमानुसार कपास खवगु न्हाय्ती । अगुरुपाक
(छावगु) ऊयातुगु नयागु जूसानं थूगु नियमं श्व याकनं
पचेजुयी ॥ ॥ स्थिरतां च्वना नाभि मण्डले दृष्टि
तया नाभि कन्दया ध्यान यांनागुलि छगु सप्ताहं उदरा
मय रोग शान्त ज्वी ॥ ॥ श्वासरोके यांना नाभि
खिचे यांना नाभि ग्रन्थिया शछिगु बार मेरु दन्दं मिले
यांनागुलि आमादि उदरामय रोग शान्त ज्वी । हानं
जठराग्नि तथा पाचन शक्ति बढे ज्वी फुक्क तरहया
पीडा उदरामय जनित रोग मदया वनी ॥

॥ प्लीहा ॥

चान्हे लासाय्छना हानं सुथे लासां दन्यगु समये
लाहा अले तुति केकुंका ऊलंकेमा । हानं श्व गुबल्यं केकुंका
तःप्यंक्त शरीर यांना फुक शरीर केकुंका हानं तःप्यंका
छोयमा । प्रतिदिन प्यंगु न्यागु मिनेट् थथ्य यांनागुलि
प्लीहा यकृत् (लिवर) स्ये बढे जूगु रोग मदया वनी
सर्वदा थुकेया अभ्यास यांना गुलि प्लीहा यकृत् रोगया
पीडा गुबल्यं भोग याय माली मख् ॥

॥ अन्तरोग ॥

प्रति दिन गोकोतक मलमुत्र त्यागयात ओकःतक
बाया निगु बाकुधीनं मिलेयाना जोरं दवेयानाति ।
गन्थाय्तक मल बा मुत्र प्याहांवै अन्थाय्तक वांवा मिले
याना थुगु प्रकारं दवेयानासये । निन्हु प्यन्हु थथ्य
याना गुलि कमजोरगु वायाहा बल्लाना वयी । सदा
थुके यागु अभ्यास यानागुलि दन्तमूल दूढ ज्वी हानं
वां दीर्घ काल तक ज्याबी तथा वास छुं प्रकारया
रोग जूवैगु छुं भय दै मखु ॥

॥ स्नायविक वेदना ॥

छाति, जनफा, न्हागुं थासे स्नायविक वेदना वा
मेगु छुं प्रकारया वेदना ज्वी वेदना जूगु सिस्थंलि गुगु
ह्लासं श्वास चलेजुल उगु बन्द याना बीमा निगु प्यंगु
मिनेट् नं हे अवश्य वेदना शान्त जुयी ॥

॥ दम (श्वास) रोग ॥

गुवले दमया जोरं फुंफुं मिनी अले गुगु न्हायप्वा
लं निःश्वास चलेजुल व बन्दयाना निगुगु न्हासं श्वासचले
यानाबी किगु किन्यागु मिनेट् नंहे बढे जूगु कमज्वी

प्रतिदिन थथ्य यानागुलि लछिया भित्रे दम श्वास रोग
शान्तज्वी । ह्तिनेगुलितक आपा समय तक थुगुज्या
यानागुलि उलिहे याकनं थ्व रोग शान्तज्वी । दमथ्य
कष्टगु रोग छुं रोग मबु दम आपा बढे जुयव थुगु
ज्या यानागुलि बिना छुं वासलं विरामी स्वस्थ ज्वी ॥

॥ वात ॥

प्रतिदिन नेगु बखते ककीचां छ्यो संके ककोचाफ्फिको
तक चलेयाय (छ्यने) गुकेकी उकेयागु कथिचा छ्यने
थीक याय । अनलि बीरासन अर्थात् निपा पालि
लिउने लःथ्याना उकेच्चे ववत्यला १५ मिनेट् फेतुना
च्वनेमा । प्रतिदिन निगु समय भोजन यायबले थथ्य
यानागुलि थथ्य च्वनागुलि न्ह्यागुनं पुलांगुवात छाप्
मज्वीमा निश्चय सफा जुइं थथ्य च्वना थुगु नियम्
पालना यानानं उगु वातरोग जुईगु छुं आशंका मबु ।
तर रबर यागु ककिचा मज्यू ॥

॥ नेत्र रोग ॥

प्रतिदिन सुथे लासां दना बेवं फुक सिबेनं न्हापां
म्हुत्वी गुलितक लंखतेफत उलितया निकोगु लखं मिखास
नीको ध्राका सिलेमा । प्रतिदिन निगु समये नेगु बखतेलाहा

म्हुतु सिलेगु बखते कमसेकम न्हेको तक मिखाय् लखं
छाकेमा गोकोतक म्हुत्वीलःतल ओकोतक मिखा हानं
म्हुतु चोलेगु भुलेयाय् मते ॥ प्रतिदिन मोल्हुयगु बखते
चिकं बुयगु समये फुक सिबे न्हापा निपापालिया पचि
चाया लुसी चिकं भरे यानाबी श्व छुं नियम मिखाया
निमित्त विशेष लाभदायक ज्वी । थुकें दृष्टि शक्ति
समेत दै । मिखा नाईस्य च्वनी हानं मिखाया छुं
रोग ज्वी मखु । मिखा मनुष्यया परम धनखः अतएव
प्रतिदिन नियम पालने गुबल्ये अलसि चायमते ॥

॥ वर्ष फल निर्णय ॥

चैत्र मँहाया शुक्ल प्रतिपदा तिथीया प्रातःकाल
अर्थात् चन्द्र वर्षया सुरु ज्वी बले तथा दक्षिणायन हानं
उत्तरायणया प्रारंभे विचक्षण मनूतस्यं तत्त्व साधनया
भेदाभेदं निरूपण हानं निरीक्षण यायमा । यदि उगु
समये चन्द्रनाडी (खवगु ह्लासं) श्वास चलेज्वी हानं
पृथ्वीतत्त्व जल तत्त्वया बायु तत्त्वया उदय ज्वीगुसा लुमंके
माकी बसुमती फुक प्रकारया शस्यं पूर्णजुयी, हानं देशे
मुकाल ज्वी । हानं यदि अग्नि तत्त्वया आकाश तत्त्वया
उदय जूसा लुमंके माकी पृथ्वीस भीषणभय हानं
घोर दुर्भिक्ष उपस्थितज्वी कनागु समय यदि सुषुम्ना
नाडीं श्वास प्रवाहितजूसा फुक ज्या (कार्य) नष्ट

ज्वी पृथ्वीसराज्यक्रान्ति, महारोग, हानं पीडा यन्त्र
णादि उपस्थितज्वी ॥

मेषसंक्रान्तिया दिन अर्थात् महाविषु संक्रान्तिया
दिन प्रारम्भकाल यदिपृथ्वी तत्वया उदय जूसा
अतिवृष्टि राज्यवृद्धि सुभिक्ष सुख सौभाग्यया वृद्धि
ज्वी । हानं पृथ्वी धान्य पूर्णज्वी । जल तत्वया उदय
जूसानं वहे फलज्वी । यदि अग्नितत्वया फल उदय
जूसा दुर्भिक्ष राष्ट्र विप्लव अल्प वृष्टि तथा कठिन
रोगया उत्पत्तिज्वी । वायु तत्वया उदय जूसा
उत्पात उपद्रव भय अतिवृष्टि अथवा अनावृष्टि ज्वी ।
हानं आकाशतत्वया उदय जूसा मनुष्यया उद्गार सकोप
ज्वर हानं भयज्वी हानं पृथ्वीले हानीज्वी ।

पूर्ण प्रवेशने श्वासे स्वस्वतत्वेन सिद्धिदः ।

(स्वरोदय शास्त्र)

मेषसंक्रान्ति या समय गुगु न्हाय प्वालं वायुपूर्ण
ज्वी अथवा निःश्वास वायु प्रवेशज्वी उगु समय यदि
उगुहे न्हाय प्वालं निर्दिष्ट मतानुसार तत्वया उदय
ज्वीगु जूसा लुमंके माकी उगु वर्षयाफल शुभज्वी
अन्यथा अशुभज्वी ॥

॥ यात्रा प्रकरण ॥

छुं कार्य वश छुंथासे यात्रा यायगु आवश्यकता
जूसा गुगु पाख्ये न्हासं श्वास चलेजुल उगुहे पाख्यं तुति
न्हापां बढे याना यात्रा यायमा ॥ उकें शुभफलज्वी ॥

वामाचार प्रवाहेन नगच्छेत् पूर्व उत्तरे ।
दक्षणादि प्रवाहेतुनगच्छेत् याम्य पश्चिमे ॥ १ ॥

गुवले खवगु न्हास प्वालं वायु चलेज्वीउबले पूवंहानं
उत्तर पाख्य वने मते । हानं गुवले जवगु न्हाय प्वालं
श्वास चलेज्वी उबले दक्षिणं हानं पश्चिम यात्रा याय
मते " उगु दिशां उगुउगु बखते यात्रा याम्हसिया
पुनःछे वयगु संभावना नं दै मखु ॥

यदि सम्पत् कार्ये जूसा यात्रा याय मासा इडा नाडी
खवगु न्हासं श्वास चलेजुगु समये गमन यातसा शुभफल
प्राप्तज्वी हानं यदि छुं विषय अर्थात् कूर कर्मया
साधन यायगु जूसा वन्यगु आवश्यकता जूसा गुगु बखते
पिंगला नाडी चलेज्वी उगु समय यात्रा यानागुलि
सिद्धि प्राप्तज्वी । चतुर मनुष्यं शुक्र हानं शनिबार छुं
थासे वन्यगु समय जमीने न्हयकतक हानं निगु छुं दिनया
यात्रा यायगु समये फिछको पृथ्वीस पलातया यात्रा

याय परन्तु बृहस्पति वारयागु दिने छुं ज्याय् छें पिते
 प्याहां बन्यगु समय बछिपालि पृथ्वीले तया यात्रा याना
 गुलि नं बांछित फल प्राप्तज्वी । छुं ज्याय् यदि शीघ्र
 गमन यायगु आवश्यक जूसा शुभकार्येहे ज्वीमा, शत्रुया
 थास कलहयाय मालसा छुं प्रकारया स्यंगु निवारण
 यायगुसा यात्रा यायगुली ताकालं गुगु ह्वासं मिःश्वास
 चलेज्वी वहे अङ्गस लाहा लाकेमा हानं उगुहे पाख्यया
 पालिन्हापांतया उगु समय यदि चन्द्रनाडी चले जूगु
 जूसा प्यको तक हानं सूर्यनाडी चलेजूसा न्याको जमीनसः
 पालि तया गमन यायमा । थुगु नियमं यात्रा यानागुलि
 वयातः छुयागुनं कलह ज्वीमखु हानं नवया छुं हानी
 ज्वीमखु वयापालिस छगुहे छुं ज्वी मखु । वमनुष्य
 न्ह्यागुं प्रकारया आपति विपत्ति छुटेजुया सुख स्वच्छन्दता
 हानं शान्ति याकें हेनं ल्याहां वेफै श्व परमेश्वर वाक्य
 छुं संदेह मदु ।

सुं सुं स्वर तत्व स्यूपि पण्डितपिसं धालकि तापाक
 यात्रा यायगुली चन्द्रनाडी हे मंगल यायीगु ज्वी हानं
 सत्तिगु थासे गमन यायगुली सूर्यनाडी कल्पाण यायी-
 गुज्वी । सूर्यनाडी (जवगु) न्हासं श्वास चले ज्वीगु
 प्रवेश ज्वीगु समये यदियात्रा याय फःसाजा शीघ्रहे
 कार्य सिद्धज्वी ।

आक्रम्य प्राण पवनं समारोहेण वाहनम् ।
समुत्तरेत् पदं दत्वा सर्वकार्याणि साधयेत् ॥ १ ॥

छुं गुगुलि प्रकारे च्वना वन्य मालसा छुं ज्यास गमन
यायगु समये प्राणवायु यात खिचे याना यात्रायायमा
उगु समय गुगु न्हासं श्वास चलेजुल उगु पालि वढे
याना याने (चले ज्वीगु बग्गीस) च्वना वनेमा थथ्य
यातसा कार्य सिद्धज्वी । किन्तु वायु अग्नि आकाश
तत्वया उदय ज्वीबले गमन यायमते स्वर ज्ञानानुसार
यात्रा यानागुलि शुभज्वी ।।

॥ गर्भाधान ॥

ऋतुजुया प्यन्हु खुनुनिस्यं फिखुन्हुतक गर्भाधानया
समयखः । ऋतुस्नाता स्त्रीया सूर्य चन्द्रमा संयोगकाले
पृथ्वीतत्व वा जलतत्व उदय जुस्यंलि । शङ्ख वली हानं
गो दुग्ध पान याना स्वामीया खव पाख्ये शयन याना
स्वामि याके पुत्र प्राप्ति कामना प्रकट यायमा । सूर्य
नाडी हानं चन्द्र नाडीया छगु याना गर्भाधान यास्यंलि
पुत्र उत्पन्नज्वी । सूर्य चन्द्रमा संयोगयाना अर्थात् रात्रिया
समये जवं मिजंया सूर्य नाडी चलेज्वी तब उगु समय
गर्भाधान यायमा ।

विषमाङ्गं दिवारात्रौ विषमाङ्गं दिनाधिपः ।

चन्द्रनेत्राग्निः तत्त्वेषु बन्ध्या पुत्रमवाप्नुयात् ॥१॥

(स्वरोदय शास्त्र)

गुगु बधते सुषुम्नामाडी चलेज्वी अथवा सूर्य नाडी
चलेज्वी हानं उगु समय यदि अग्नि तत्व उदय ज्वीगुसा
उगु समय ऋतु रक्षा जुलधाःसा बन्ध्या नारी यानं
पुत्रवती ज्वी । परन्तु थ्व हीनाङ्ग हानं कृशज्वी । स्त्री
पुरुषया यदि छगुहे न्हासं श्वास चले जूसाजा गर्भ ज्वी
मखु जल तत्व उदय ज्वीगु समय गर्भाधान यास्यंलि
उगु गर्भजूम्ह सन्तान जन्म जूम्ह व धनी ज्वी सुखी
हानं भोगी ज्वी हानं वया कीर्ति दिगदिगम्ते फैलेज्वी ।
पृथ्वी तत्वया उदय ज्वीबले गर्भजूसा सन्तान अति
धनी सुखी हानं सौभाग्यशालीज्वी । पृथ्वी तत्वया
उदय काले गर्भजूम्ह पुत्र हानं जलतत्वया उदयकाले
गर्भजूम्ह कन्या जन्मज्वी । अग्नि वायु हानं आकाश
तत्वया उदय काले गर्भ जूसा गर्भ पातज्वी अथवा ब गर्भ
सन्तान जन्मे जूम्ह सिना वनी ॥

॥ कार्यसिद्धि प्रेक्करण ॥

छुं छुं ज्याया सिद्धि यायगु जूसा सुया थासं वन्यगु
जूसा गुगु न्हासं श्वास चलेज्वी उगु पाख्यया पालि न्हापां
न्होन्त्य छोया वन्यमा परन्तु वायु अग्नि अथवा आकाश

तत्त्वया उदय ज्वीबले यात्रा याय मज्यू । उकीयानिति
गन्तव्य स्थाने वन्यगु जूसा गुगु न्हासं श्वास चले जुल
वयाकें व मनूया गुर्के ज्याज्वीगुखः उख्ये तया बात
चित्त यायमा । थथ्य यातसा कार्य अबश्य सिद्धज्वी ।
नोकरीया निमित्ते वन्यगुजूसा थुगु नियमं यात्रा
यानानं मनोरथ पूर्णज्वी ।

गुगु पाख्ये न्हासं श्वास चले जुल उगु पाख्यया
आश्रय याना गुगुज्या याई व सिद्ध ज्वी । परन्तुः—

यात्रु वशीकरण या ज्यास थुक्रिया विपरीत
कार्य यायमा । अर्थात् गुगु न्हायप्वा चालः वया विपरीत
पाख्ये यात्रु तया बातचित्त यायमा । थथ्य यातसा
घोर शत्रुनं छंगु अनुकुल ज्या याई ।

उभयोः कुम्भकं कृत्वा मुञ्चे श्वासो नियोयते ।

निश्चलाचयदा नाडी घोर शत्रु वशं कुरु ॥१॥

(ववन्न विजय स्वरोदय) —

कुम्भक याना म्हुतुं निःश्वास वायु तोनेमा थथ्य
याना गुबले श्वास स्थिर ज्वी उबले शत्रुया ध्यान
यायमा थुगु प्रकारं बुलुहुं बुलुहुनं घोर शत्रुनं वशे जूवै

चन्द्र नाडी चले ज्वीगु समये खवे हानं सूर्य नाडी चले
ज्वीगु समये जवे हानं हानं सुषुम्ना चले ज्वीगु समये
विचेतया ज्यायासा विवादे जितेऽज्वी ।

अत्र नाड्यां बहे द्वायु स्तदन्तः प्राणमे वक्ष ।
आकृष्य गच्छेत् कर्णान्तं जयत्येव पुरन्दरं ॥१॥

(योग स्त्रोत्रोदय)

गुगु नाडी बायु चलेज्वी उके च्वंगु प्राण वायु या
न्हेपं तक खिचे याना गुगु पाख्येया वायु न्हासं चलेयाना
गुलिं शत्रु पाख्ये विजयज्वी ।

॥ रक्तशुद्ध यायगु कौशल ॥

नियम पूर्वक नित्य शीतली कुम्भक याना गुलि छुं
दिनंहे शरीरे रक्तशुद्ध हानं शरीरया ज्योति
युक्त ज्वी शीतली कुम्भकया नियम थथ्यखः—

जिह्वया वायुमाकृष्य उदरे पुरयेच्छनैः ।
क्षणं च कुम्भकं कृत्वानासाभ्यां रेचयेत् पुनः ॥

(गोरक्ष संहिता)

म्ये वाखिचे याना अर्थात् निगु म्हुतुसि च्वामुस्य
क्वंका पित्त्यागु बायु बुलुहं बुलुहं खिचे यायमा

थुगु प्रकारं थवगु श्वास भरे याना वायु खिचे याना
म्हुतु बन्द याना लाल घुरक छुं थ्यं वायु प्वाथे भरे
यायमा हानं क्षण भर व वायुया कुम्भकद्वारा धारणा
याना निगु न्हाय प्वालनं व पिछोयमा । थुगु रिति
बारं बार वायु खिचे यानागुलि छुं दिनेहे रक्त सफा
हानं शरीर कामदेवयासमान कान्ति पूर्णज्वी । शीतली
कुम्भक यानागुलि अजीर्ण तथा कफ पित्तादि रोग ज्वी
मखु, चर्म रोग आदि रक्त शुद्धि यायत थ्वज्यां सफलज्वी ।

नित्य रातदिन कमसेकम स्वको प्यको तक न्यागु
खुगु मिनेट् स्थिर भावं च्वना थुगु प्रकारं म्हुतुं वायु
खिचे याना हानं न्हासं पिछो यमा थ्वज्या गुलि अपोयायी
उलिहे शीघ्र लाभज्वी थुके शंका मदु । दूषित वायु
पूर्ण जूगु थासे सिमाक्वे मतितेल या मत च्याका
तवगु थासे थजागुछें हानं गुबले नयागु पचेमज्वी उबले
थ्व ज्या याय मज्यू । थ्व खें बिशेष ध्यान तेमाकी
वायु रेचन याय बले फूयायम्वाके बिशुद्ध वायु पूर्ण स्थाने
स्थिरासनं च्वना बिस्तार बिस्तारं रेचन हानं पूरक या
ज्या यायमा ।

थुगु ज्यां कठिनशूल वेदना तथा छाति, प्वा, आदि
या छुं हे दुन्य यागु वेदना अवश्य फुना वनी ।

॥ छु' उपयोगी सूचना ॥

(१) ज्वर जुल बा छु' प्रकारया वेदना ज्वी, फों गागु घाः छु' जूसां छु' छगु प्रकारया बिरामी या लक्षण गुगुसिल वहे गुगुन्हाय प्वालं श्वास चले जूगु खः उगु न्हाय प्वा तुरन्त बन्द याना बीमा । गुलि तक गुलिदिन तक शरीर स्वाभाविक स्थिति प्राप्तमज्वी अन्थाय तक उलि दिन तक उगु न्हाय प्वा बन्द याना तेमा, थुकं शरीर शीघ्र स्वस्थ ज्वी आपा दिन दुःख भोग याय माली मखु ।

॥ न्हायप्वा बन्दयायगु या नियम ॥

न्हाय प्वाले दुछ्छे फुगु जागु पुलांगु सफागु कपाय कया उकिया ग्वारा दयका ओ भिगु कापते पोचिना सुयादेके हानं श्वपो न्हाय प्वाले दुछ्छोया प्वाःथुगु प्रकार बन्दयाय गुकयं व न्हाय प्वालं श्वास प्रश्वासया ज्या (कार्य) बिलकूलहे मज्वी, छु' मनूते शीर, रोग ज्वी अथवा स्वया मस्तक दुर्बलज्वी वेत कपासं न्हाय बन्द मयास्य सालुगु कापया ग्वारा देका उके न्हाय बन्द याना बीमा ।

(२) लें बने बले वा छु' प्रकारया मेहेनतया ज्या यायबले शरीर आपालं थाकेज्वी अथवा उगु कारणं

धातु गर्भ जुलसा छुंभचा जव पाख्ये चनेमा उके शीघ्रहे
(भतीचा समयेहे) थाकेजूगु मदें हानं शरीर स्वस्थज्वी ।

(३) प्रतिदिन मयबले लाहा ह्युतुसिला ककीचां
छ्योयासं छ्यनेमा ककीचां थुगु प्रकारं छ्यने माकी
उके कथिचा शीरे थोक छ्यने । थुकें छ्यो स्यागु हानं
शिर सम्बन्धि अन्यछुं बिरामी तथा वात व्याधि उत्पन्न
ज्वीगुया भय दें मखु छुं स्यागु यदि जूसाजा व बढे
ज्वी मखु । क्रमशः आराम ज्वी सँ याकनं तुई मखु ।

(४) यदि कडागु निभाले गलं पिने वने माःसा
रुमाल आदि बाकें निख्ये न्हेय पने तोपुया ज्वीमा । थुकें
निभाले वने बले निभालं ज्वीगु छुं दोष शरीरे स्पर्श
याई मखु हानं नशरीर गर्भ हानं दुःख ज्वी । न्हेपं
थुगु कथं तोपुई माःकी पुरा न्हेपं फुके तोपुयक तोपुईमा
हानं न्हेपने फसं मकेक ।

(५) स्मरण शक्ति कमज्वी बले छ्यने च्वे छकुसि
यागु कथि उकेच्वे छकुसि तुकरा तया विस्तार
विस्तारं उके दायमा ।

(६) प्रति दिन बागु घण्टा पद्यासने चवना

वाया हास म्येया अग्रभाग दुद्धोया तथागुलि फुक प्रकार
या रोग नाश जुयी ।

(७) कपाले च्वे पूर्ण चन्द्रमाया समान ज्योतिया
ध्यान यातागुलि आयु बढे ज्वी हानं कुष्ठ आदि रोग
मदया वनी हानं सर्वदा दृष्टियाक्वे पीतवर्ण उज्ज्वल
ज्योतिया ध्यान यातागुलि बिना औषध फुक प्रकारया
रोग सफाज्वी हानं देह बृद्धा वस्थाया लक्षणनं मदया
वनी । सिर गर्म ज्वी बले वा निभालं छ्यने खं बले
श्वेत वर्ण वा पूर्णशरद चन्द्रमाया ध्यानयातागुलि
न्यागु खुगु मिनेट्स प्रत्यक्ष फल केनाबी । प्यास (लः
त्वने प्येचाई बले थजागु ध्यान यायमा म्येया च्वे
छुं पाउंगु चीज तथा धका शरीर गर्म जूसा ख्वांगु
चीज तथा धका हानं चिकुसा गर्म चीज ध्यान यायमा ।

(८) प्रति दिन निगुसमय स्थिरासनं च्वना त्यफुसः
बांलाक स्वयागुलि त्यफुं वायु धारण हानं नाभि
कन्दया ध्यान यातागुलि अग्नि मान्द्य असाध्य अजीर्ण
हानं प्रबल अतिसार इत्यादि फुक प्रकारया उदरामय
अवश्य आरोग्यज्वी हानं परिपाक शक्ति तथा जठराग्नि
बढे जुयी ।

(९) सुथे न्ह्यलं चास्यंलि गृगु न्हासं श्वास चलेजुल
उखे पाखे लाहा म्हुत्वी तथा लासां दनागुलि मन
कामना सिद्धज्वी ।

(१०) रक्त अवा मार्गया हा लाहाती चिना
तयागुलि भूत प्रेतादि जनित फुक प्रकारया ज्वर नाशज्वी ।

(११) तितुसियामा ल्यहं थना उकेयाहा गर्भि-
णीया न्ह्योने कपाले (शिरे) सें थुगु प्रकारं चीमाकी
गुके व हाया गन्ध वेगु न्हासे वने फेक । थथ्य याना
गुलि गर्भिणी तुरन्त सुखं (अपुक) मचा व्वी । परन्तु
मचा बुस्यंलि सें सहित व हा केंचि चाना वांछेमा
अन्यथा प्रसूतिया नाडितक पिने पिहां वयीगु संभावना
दे गुगु समय गर्भिणीया प्रसवया वेदना अत्यन्त कष्ट
ज्वी उगु समय हर बरे मजूस्य थुगु उपायं ज्या कायमा
श्वेत पुनर्नबाया हायाचुं जननेन्द्रियया दुन्य तथा
वियागुलि गर्भिणी शीघ्र सुखं प्रसव ज्वीफै ।

(१२) गुखुन्हु दिने खवगु न्हासं हानं राते जवगु
न्हासं श्वासकाई वया शरीरे छुं पीडा ज्वी मखु अल
सिमदया वनी हानं न्हिन्हि चेतना बढेज्वी । फिन्हु, फि
न्यान्हु थजागु अभ्यास यानागुलि लिपा थमं थमंहे थुगु
नियमं श्वास चलेजुयी ।

(१३) प्रातःकाल हानं स्वंगु प्रहर कागलि निबू-
याहःनेतुनागुलि पुलांगु हानं दुन्ययानु च्चर छुटेजुयी ।

(१४) प्रतिदिन एकाग्र याना कुलदेवताया ध्यान
बाना त्रिसंध्या यानागुलि ह्यांगु फुक विकार नाशजुयी
मुक्तज्वी ।

इति संक्षिप्त स्वर शास्त्र

मयूर वर्ण बिहारे ललितपुर पत्तने ।
जि जन्म जूगु नेपाली दोछि व नोछि सालस ॥१॥
वज्राचार्य कुले जन्म मोहन राज नां जिगू ।
सिधलका थ्व चोयागू चेन्यादं दै जि आः निलां ॥२॥

लेखकया प्रकाश जी धुं कुगु सफून

नेपाल भाषा

- १) शाक्य सिंहया वीर चर्या
- २) मंगलाष्ट व स्वष्ठि वाक्य भाषा टिका
- ३) संसार वृत्ति साधन यमद्वार कथा
- ४) सर्वज्ञमित्रा वदान नराहुति यज्ञ कथा
- ५) रूपावत्य वदान, भगवान बुद्ध मिसा जुया जन्म
जुगु
- ६) उपोषधावदान, अष्टमी व्रत कथा
- ७) गोकर्णेश्वर वीतराग कथा
- ८) महाद्वीप छोयकेगु, दीप कथा
- ९) चैत्य भजनानुसंशावदान, लक्ष चैत्य थायगु
- १०) जीर्णोद्धार विम्ब कथा
- ११) शुक्ला वदान, लनं फिना जन्म जूह्य यागु कथा
- १२) आस्कानकयोग (प्राणायाम, आनापानानुस्मृति)
- १३) मञ्जुश्री पाराजिका, नियम यायगु ग्रन्थ
- १४) संक्षिप्त स्वर शास्त्र वायुयोग